

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH

PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

DI PADUKUHAN MAWEN, KELURAHAN PESU, KECAMATAN WEDI

KABUPATEN KLATEN



NATALIA PADMAWATI HANDAYANI

NPM 202543030

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKanan DARAH

PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

DI PADUKUHAN MAWEN, KELURAHAN PESU, KECAMATAN WEDI

KABUPATEN KLATEN



NATALIA PADMAWATI HANDAYANI

NPM 202543030

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

YOGYAKARTA

2026

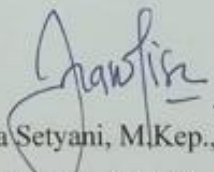
LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN MAWEN KELURAHAN PESU KECAMATAN WEDI KABUPATEN KLATEN

Disusun oleh
Natalia Padmawati Handayani
NPM 202543030

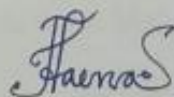
Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
Dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Yogyakarta, 19 Agustus 2026

Pembimbing I,



Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
NIK. 201450003

Pembimbing II,



Thomas Aquino Erjin. Amigo, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom
NIK. 202550001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Natalia Padmawati Handayani

NPM : 202543030

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa study kasus dengan judul :

“Pengaruh Foot Massage terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Padukuhan Mawen, Kelurahan Pesu, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten”

Yang telah saya laksanakan selama 5 Juli 2026 sampai dengan 15 Juli 2026, seluruhnya hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi ada plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administrative serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 10 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,



Natalia Padmawati Handayani

SKRIPSI

PENGARUH *FOOT MASSAGE* TERHADAP TEKanan DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PADUKUHAN MAWEN KELURAHAN PESU KECAMATAN WEDI KABUPATEN KLATEN

Disusun Oleh :

Natalia Padmawati Handayani

NPM 202543030

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 18 Agustus 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



NIK 20145001

Penguji :

Ketua : Theresia Tatik Pujiastuti, Ns, M.Kep., Ph.D

Anggota : 1. Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B

2. Thomas Aquino Erjin. Amigo, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Kom

INTISARI

Nama : Natalia Padmawati Handayani
NIM : 202543030
Judul : Pengaruh *Foot Massage* terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Padukuhan Mawen, Kelurahan Pesu, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten.
Tanggal Ujian : 18 Agustus 2026
Pembimbing : 1. Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
2. Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ns., M. Kep.Sp.Kep.Kom
Jumlah Pustaka : 51
Jumlah Halaman : xiv, 84 halaman, tabel, gambar, lampiran

Hipertensi pada lansia merupakan masalah kesehatan yang perlu dikendalikan melalui terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu terapi komplementer yang dapat digunakan adalah *foot massage*. *Foot massage* dapat meningkatkan sirkulasi perifer dan memberikan efek relaksasi melalui penurunan aktivitas saraf simpatis yang menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah, menurunkan resistensi vaskular perifer, sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *foot massage* terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Padukuhan Mawen, Kelurahan Pesu, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten. Penelitian menggunakan desain *quasi experiment* dengan *pretest-posttest nonequivalent control group design*. Sampel sebanyak 48 responden terdiri dari 24 kelompok intervensi dan 24 kelompok kontrol dengan teknik *consecutive sampling*. Kelompok intervensi diberikan *foot massage* selama 30 menit dan tekanan darah diukur sebelum dan sesudah intervensi. Analisis menggunakan *Paired T-Test* dan *Independent T-Test*. Hasil menunjukkan penurunan rerata tekanan darah sistolik dengan *p value* 0,000 dan *p value* 0,001 pada kelompok intervensi. Tidak terdapat perbedaan signifikan pada kelompok kontrol untuk sistolik *p value* 0,887 dan diastolik *p value* 0,219. Perbandingan kedua kelompok menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan pada sistolik *p value* 0,545, tetapi terdapat perbedaan signifikan pada diastolik *p value* 0,020. *Foot massage* dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer dalam membantu mengendalikan tekanan darah, terutama tekanan darah diastolik, pada lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: *foot massage*, hipertensi, lansia, tekanan darah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “Pengaruh *Foot Massage* terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Padukuhan Mawen, Kelurahan Pesu, Kabupaten Klaten” dengan baik.

Penyusunan laporan penelitian ini tidak terlepas dari berbagai kesulitan dan hambatan. Namun, berkat bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak, laporan penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
2. Ibu Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B selaku dosen pembimbing satu dalam penyusunan laporan penelitian yang telah meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan kesabaran dalam memberikan bimbingan, saran dan masukan yang berguna bagi laporan penelitian ini.
3. Bapak Thomas Aquino Erjinyuare Amigo, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.Kep.Kom selaku dosen pembimbing dua dalam penyusunan laporan penelitian yang telah meluangkan waktu, pikiran, tenaga, dan kesabaran dalam memberikan bimbingan, saran dan masukan yang berguna bagi laporan penelitian ini.
4. Kepala Desa Pesu yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Padukuhan Mawen
5. Kepada Bidan Desa dan Kader Posyandu Lansia di Padukuhan Mawen yang bersedia dan berpartisipasi dalam proses penelitian.
6. Kepada seluruh responden penelitian yang bersedia dan berpartisipasi dalam proses penelitian.
7. Seluruh asisten penelitian yang telah membantu penelitian dalam proses pengumpulan data dan pelaksanaan penelitian sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

8. Seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga laporan penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan laporan ini. Semoga laporan penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan dan pihak-pihak yang membutuhkan. Akhir kata, penulis berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa senantiasa memberikan rahmat dan bimbingan-Nya kepada kita semua.

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
INTISARI	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	6
1.3 Tujuan.....	6
1.4 Manfaat	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Tinjauan teori	8
2.1 Kerangka teori.....	49
2.2 Kerangka konsep.....	50
2.3 Hipotesis penelitian.....	50
BAB 3 METODE PENELITIAN	53
3.1 Desain penelitian.....	53
3.2 Definisi operasional	54
3.3 Populasi dan sample.....	55
3.4 Tempat dan waktu penelitian.....	57
3.5 Teknik dan instrument pengumpulan data	58
3.6 Analisa Data	62
3.7 Etika penelitian.....	65

BAB 4	67
4.1 Gambaran umum lokasi penelitian.....	67
4.2 Hasil penelitian dan pembahasan	68
4.3 Kelemahan penelitian.....	81
4.4 Keterbatasan penelitian	82
BAB 5	83
5.1 Simpulan	83
5.2 Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	
LAMPIRAN.....	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Klasifikasi lansia berdasarkan kelompok usia	8
Tabel 2. 2 Klasifikasi tekanan darah menurut American Heart Association (AHA)	19
Tabel 2. 3 Langkah-langkah melakukan <i>foot massage</i>	43
Tabel 3. 1 Definisi operasional.....	54
Tabel 3. 2 Uji hipotesis penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Gambaran karakteristik responden penelitian	68
Tabel 4. 2 Hasil uji normalitas data tekanan darah sistolik dan diastolik responden kelompok intervensi	74
Tabel 4. 3 Perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah intervensi <i>foot massage</i> pada responden kelompok intervensi.....	74
Tabel 4. 4 Hasil uji normalitas data tekanan darah sistolik dan diastolik responden kelompok kontrol	77
Tabel 4. 5 Perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pengukuran pertama dan terakhir responden kelompok kontrol.....	77
Tabel 4. 6 Perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik responden kelompok intervensi dan kontrol.....	79

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka teori	49

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2. 1 Kerangka konsep.....	50
Bagan 3. 1 Desain penelitian.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Studi pendahuluan
- Lampiran 2 Jawaban studi pendahuluan
- Lampiran 3 Ethical clearance
- Lampiran 4 Surat keterangan bukti persamaan persepsi dengan expert
- Lampiran 5 Penghitungan sample melalui aplikasi *G*Power*
- Lampiran 6 Keterangan kalibrasi alat
- Lampiran 7 Surat ijin penelitian
- Lampiran 8 Surat jawaban ijin penelitian
- Lampiran 9 Surat jawaban ijin penelitian
- Lampiran 10 Lembar observasi
- Lampiran 11 Standar Prosedur Operasional mengukur tekanan darah
- Lampiran 12 Standar Operasional Praktek *foot massage*
- Lampiran 13 Lembar observasi yang sudah diisi responden
- Lampiran 14 Informed consent
- Lampiran 15 Surat persetujuan menjadi responden penelitian
- Lampiran 16 Surat keterangan selesai penelitian
- Lampiran 17 Rekapitulasi penelitian
- Lampiran 18 Output analisa data
- Lampiran 19 Hasil cek turnityn